



KUCHAŘKA PORTUGALSKÉ KUCHYNĚ

Vytvořili: Žaneta Urbaníková 1.G
Veronika Bistrá 1.G

CREME DE CENOURA - MRKVOVÝ KRÉM

- 100g másla
- 200g cibule
- 500g mrkve
- 100g čerstvého zázvoru
- 200ml kokosového mléka
- 500ml kuřecího vývaru
- 1 hrst koriandru
- sůl
- Pepř



Postup- Na másle orestujte nakrájenou cibuli, přidejte na kostky nakrájenou mrkev a nastrouhaný zázvor. Vše zalijte vývarem a nechte vařit doměkka.

Potom do polévky nalijte kokosové mléko a nechte ho krátce povařit. Poté polévku rozmixujte ponorným mixérem dohladka.

Polévku servírujte s čerstvými plátky kokosu a lístky čerstvého koriandru, který polévce dodá exotickou chuť.

CALDO VERDE - KAPUSTOVÁ POLÉVKA

- 500g kapusty
- 4 lžíce olivového leje
- 200g choriza
- 1 cibule
- 4 stroužky česneku
- Zhruba 6ks brambor
- 750ml kuřecího vývaru
- 750ml vody
- pepř
- Sůl



- Chorizo nakrájíme na 5 mm kolečka.ve větším hrnci na mírném ohni rozpálíme olivový olej o orestujeme chorizo. Vyndáme opečené chorizo na talíř a odložíme k podání pokrmu.Do výpeku přidáme nakrájenou cibuli se špetkou soli přidáme česnek a necháme orestovat tak 2 min.
- Přidáme na drobno nakrájené brambory, zalijeme kuřecím vývarem s vodou a přivedeme do varu, poté co začne vřít stáhneme a necháme povařit 15-20min.
- Omyjeme a nakrájíme si kapustu na nudličky.Uvařené brambory spolu s vývarem rozmixujeme a přidáme kapustu, na závěr ochutíme solí a pepřem a přidáme opečené chorizo.

RYBY A MOŘSKÉ PLODY

- Kromě tresky se samozřejmě zkonsumuje i velké množství dalších ryb a jiných mořských plodů.
- Populární jsou sardinky, zejména grilované, které jsou nejlevnější rybou.
- Dále se na jídelnících objevuje např. platýs, tuňák, mečoun, hejk, mihule, losos, parmice nachová, rejnok, chobotnice, kalamáry, sépie, krabi, krevety, garnáti, humři, langusty, škeble, mušle, ústřice,...
- Nejzvláštnější rybou je asi hlubokomořská tkaničnice atlantická (port. espada), černá úhořovitá ryba s příšerným vzhledem, ale vynikajícím masem téměř bez kostí.



GROUPER SAO MIGUEL - RYBA

- 1 kanic
- 1 cibule nakrájená nadrobno
- 1 lžíce petrželky
- 3 lžíce sádla
- 3 lžíce olivového oleje
- 1/2 hrnku vody
- 2 vaječné žloutky
- 3 plátky opraženého toustového chleba
- citronová šťáva
- sůl



- **Postup:** Na pánvi rozpálíme sádlo s olejem a na něm krátce osmahneme cibuli s petrželkou.
- Přidáme nasolenou rybu a krátce opečeme po obou stranách. Přilijeme vodu, přikryjeme pokličkou a vaříme asi 25 minut.
- Na talíře dáme plátky chleba a na něj položíme porce ryby.
- Na pánev nalijeme ušlehané žloutky s citrónovou šťávou, zamícháme a krátce povaříme. Směs nalijeme na rybu a podáváme.

CACALA RECHEADA - PLNĚNÉ MAKRELY

- 1 kg makrel
- 1 červená paprika nakrájená na proužky
- 4 stroužky česneku nakrájené nadrobno
- 1 hrnek bílého vína
- 2 lžíce octa
- 2 lžíce rajčatového protlaku
- 6 brambor
- 4 lžíce olivového oleje
- sůl
- 400 g chleba
- 2 vejce
- 1 cibule nakrájená nadrobno
- petrželka



- **Postup:** Chleba krátce namočíme do vařící vody a lehce zmáčkeme, abychom vymačkali přebytečnou tekutinu.
- Přidáme ušlehaná vejce, cibuli, 2 lžíci rajčatového protlaku a petrželku a dobře zamícháme.
- Vzniklou směsí naplníme makrely a převážeme provázkem.
- Na pánvi rozpálíme olej, přidáme ostatní přísady a zprudka osmažíme.

BACALHAU – PORTUGALSKÁ TRESKA

- 800 g tresky
- 500 grajčat
- 200 g cibule
- 90 grýže
- 50 g másla
- 1 dl bílého vína
- snítky petrželky
- 1 stroužek česneku
- olivový olej
- mletý pepř
- Sůl



1. Drobně nakrájenou cibuli zpěníme na másle do zlatova
2. Rýži přebereme, propláchneme studenou a potom vařící vodou, necháme odkapat, vsypeme do vařící osolené vody, povaříme 10 minut a scedíme
3. Tresku nakrájíme na 4 porce, dáme do hrnce s horkým olejem, přidáme cibuli, rýži, víno, spařená a oloupaná rajčata, rozetřený česnek, mletý pepř, sůl a dusíme pod pokličkou 10 minut
4. Přidáme jemně nasekanou petrželku a dusíme dalších 10 minut.



PERU A MODA ANTIGA - NADÍVANÁ KRŮTA

○ Suroviny pro nádivku:

- 1/2 hrnku olivového oleje
- 4 lžíce másla
- 150 g slaniny
- 150 g soleného vepřového masa
- 2 cibule nakrájené nadrobno
- 4 stroužky česneku
- 1 hrnek oliv
- 2 hrnky bílého vína
- 4 vejce
- petrželka
- 200 g strouhanky
- sůl

○ Suroviny:

- krůta
- sůl
- 1/2 hrnku koňaku
- 1 kg pomerančů
- 500 g citronů
- 1 hrnek olivového oleje
- 2 lžíce másla



- **Postup nádivky:** Na pánvi smícháme máslo, olivový olej, česnek, cibuli a olivy a krátce osmažíme.
- Přimícháme ostatní přísady, přilijeme hrnek vody a chvíli povaříme.
- Vejce ušleháme s petrželkou, přidáme strouhanku a všechno důkladně promícháme.

- **Postup:** Krůtu na několika místech napíchneme vidličkou a polijeme koňakem.
- Zatímco připravujeme nádivku, krůtu necháme marinovat.
- Uděláme nádivku.
- Vzniklou nádivkou naplníme krůtu, pomažeme ji solí a dáme do pekáče. Okolo rozložíme pomeranče a citrony nakrájené na kolečka a zvolna pečeme tak dlouho, až je krůta hotová.



SERRADURA



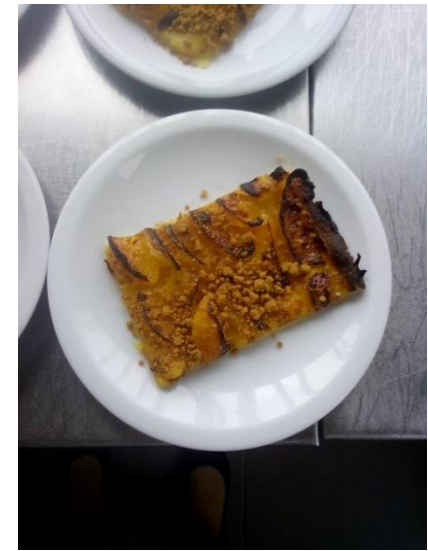
- 250 ml smetany ke šlehání
- ½ lžičky vanilkového extraktu
- 2 lžíce slazené kondenzované mléka
- 6-8 Křehkých sušenek nebo jiné máslové sušenky

1. Nachystáme si smetanu ke šlehání a šleháme dokud nestuhne, přidáme vanilku a slazené kondenzované mléko. Nakonec si rozdrtíme mixerem sušenky a nachystáme menší misečky, a můžeme zasčít vrstvit.
2. Jako první si dame vyšlehanou smetanu s kondenzovaným sladkým mlékem, jako druhou vrstvu použijeme rozmixované sušenky. Tyto dvě vrstvy opakujeme několikrát a nakonec dáme vychladit na 2-3 hodiny do lednice.



TARTE DE PASSEGO

- 1 hrnek mouky
- 1 čajový šálek cukru
- 1 lžíce skořice
- 10 zralých broskví
- šálek mléka
- 1 vejce
- 1 lžíce másla



1. Oloupeme broskve a nakrájíme na polovinu, odstraníme jádro, nakrají na tenké plátky, smícháme všechny suché suroviny, a začneme vrstvit.
2. Jako první, si dáme suchou směs, potom nakrájené broskve a posypeme skořicí a cukrem. Smícháme mléko, vejce a rozpuštěné máslo a polijeme suchou směs s broskvi a dame zapéct na 180 C po dobu 30-40 min.
3. Po vychladnutí můžeme posypat moučkovým cukrem a skořicí.



RABANADAS

- 6 plátku francouzského chleba
- 1/2 litru mléka
- 4 Vejce
- máslo na smažení
- Cukr
- Skořice - podle chuti



1. Nakrájeme francouzský chléb na zhruba 0,5cm.
2. Dvě vejce a mleko si společně rozmixujeme v misce, a na pánvi si rozehřejeme máslo.
3. Namočíme plátky do směsi s mlékem a vejci a necháme nasát. Vložíme na pánev a necháme z obou stran smažit do zlatova.
4. Nakonec vložíme do misky s cukrem a skořicí a obalíme z obou stran.



- Konec, děkujeme za pozornost.

